

Medikationsplan für _____

geboren am: _____ Plan erstellt am: _____ von: _____

Wirkstoff mit Wirkstärke z.B. Doloril 150 mg	Handelsname z.B. Schmerzweg forte®	Darreichungsform z.B. Tablette	Grund der Anwendung z.B. Schmerzen	Dosis Dosierungshinweise Dauer z.B. 1 - 0 - 1 - 0				vor zu nach dem Essen z.B. danach	Hinweise zur Lagerung Zubereitung Anwendung z.B. im Kühlschrank lagern
				Morgen	Mittag	Abend	Nacht		

Wichtige Hinweise (z.B. Allergien):

Nimm's richtig!

MeinPlan Stuttgart Persönlicher Medikationsplan

Wie verwende ich den Medikationsplan?

- **Vollständig:** Schreiben Sie sich zu jedem Medikament die wichtigsten Informationen auf. Notieren Sie auch Informationen zu nicht verschreibungspflichtigen Präparaten.
- **Aktuell:** Tragen Sie ein, wenn sich die Dosierung oder Wirkstärke Ihrer Medikation ändert. Ergänzen Sie neue Medikamente und streichen Sie Medikamente, die Sie nicht mehr brauchen.
- **Immer verfügbar:** Am besten tragen Sie den Plan dauerhaft mit sich, damit Sie ihn im Notfall schnell griffbereit haben.
- **Im Internet:** Den E-Medikationsplan finden Sie unter www.stuttgart.de/meinplan.



Eckart v. Hirschhausen

Dr. Eckart von Hirschhausen

Dr. Eckart von Hirschhausen hat für MeinPlan Stuttgart die Schirmherrschaft übernommen.

„Ihr Körper unterscheidet nicht, ob ein Medikament verschreibungspflichtig oder rezeptfrei ist. Auch pflanzliche Präparate haben Wirkungen und Nebenwirkungen. Ab vier verschiedenen Medikamenten kann keiner mehr vorhersagen, wie sich diese miteinander ergänzen oder in die Quere kommen. Sie schützen sich vor Nebenwirkungen, indem Sie den Medikationsplan ernst nehmen und mit Ihrem Arzt und Apotheker auf dem aktuellen Stand halten.“

Was muss ich besonders beachten?

- **Nur der Wirkstoff zählt:** Oft haben Medikamente unterschiedliche Namen oder Aussehen, beinhalten aber den gleichen Wirkstoff. Notieren Sie deshalb auch immer den Wirkstoffnamen.
- **Das Gleiche ist nicht dasselbe:** Medikamente gibt es manchmal in verschiedenen Wirkstärken. Stimmt die Wirkstärke auf der Packung mit der Wirkstärke auf Ihrem Medikationsplan überein?
- **Wieso, weshalb, warum?** Dasselbe Medikament kann aus verschiedenen Gründen eingenommen werden. Tragen Sie deshalb ein, wofür Sie das Medikament einnehmen.
- **Der richtige Zeitpunkt:** Viele Medikamente können nur richtig wirken, wenn sie zum empfohlenen Zeitpunkt angewendet werden. Notieren Sie deshalb auch, wann Sie das Medikament einnehmen.
- **Sachgerechter Gebrauch:** Nur Medikamente, die Sie korrekt anwenden und auch richtig lagern, wirken auch so wie gewünscht.